

ハンドボール競技のディスタンスシュートに着目して —韓国代表女子、日本代表女子、東京女子体育大学の試合から—

The Shot Movement of the Handball Competition —From a Game of Korean Representative Women, Japanese Representative Women and Tokyo Women's College of Physical Education—

キーワード：ポジションシュート、ステップ、フェイント

八尾 泰寛

Yao Yasuhiro

1. 緒言

ハンドボール競技は、近年の情報化社会で、世界のトップレベルの映像が入手可能となり、国内でも多くのゲーム分析が行われ、ヨーロッパ諸国代表のロングシュート、ミドルシュートの研究が発表されている¹⁾。水上らは、日本代表女子が国際大会で勝利できない理由として得点力の欠如を挙げ²⁾、2005年女子世界選手権大会において、日本代表女子は遅攻でのシュート数の約50%を占めるロングシュート、ミドルシュートの成功率が非常に低いことが報告されている³⁾。試合に勝利するには、防御力をいかに突破し得点をあげることから、パス、フェイント動作を駆使し、最終的に相手ゴール内にいかに多くのボールを投げ入れられるかが課題であるといえる。

ハンドボールにおけるジャンプシュートは走る、跳ぶ、投げるといった動作が複合されたものであり⁴⁾、基本動作は、踏み切りを強く、より高いジャンプからスピードのあるシュートが求められる。そして、シューターはゴールキーパーとの駆け引きが求められ、シュートのタイミング、コントロールが要求される。また、防御者を前にした際のディスタンスシュートでは、防御者を利用しながら、防御者との距離、踏み切際の防御者との位置関係により、ジャンプの方向、高さ、リリースポイントの位置、空中のバランス、シュー

トスピードが必要となる。攻撃の中心であるバックプレーヤーは、ランニングステップ、フェイントステップを駆使し、防御者の上、防御者間からのジャンプ、ステップ、ランニングシュートを絶えず狙うポジションであることで得点力が求められる。

そこで、本研究では、リオデジャネイロオリンピック予選の日本代表女子（以下、日本代表）対韓国代表女子（以下、韓国代表）、第51回全日本学生選手権決勝の東京女子体育大学（以下、東女体大）の攻撃の特徴と、世界でもトップクラスに君臨する韓国代表女子選手のディスタンスシュートに着目し、シュート成功率の向上に必要な知見を得ることを目的とした。

2. 方法

リオデジャネイロオリンピックアジア予選の日本代表対韓国代表、第51回全日本学生選手権大会決勝の試合映像を基にスコア用紙に試合記録を記入し、各ポジションのシュート割合を調べた。ディスタンスシュートは、局面ごとに映像を抽出し、「i Analyze⁵⁾」スポーツビデオ分析アプリにて、踏切時からボールがゴールラインを超えるまでの時間分析を行った。試合記録は、各シュートを以下のように分けて記した。

○ディスタンスシュート

ゴールキーパーとシューターの間に防御者がいる状態で突破していくシュート。

- ・ロングシュート
防御者の上から放つシュートとした。
- ・ミドルシュート
防御者間から放つシュートとした。
- ・ステップシュート
防御者の上、防御者間から両足が床に着いた状態で放つシュートとした。
- ・ランニングシュート
防御の姿勢を作らせ、上からスタンディングで放つシュートとした。

○ゴールエリアライン付近からのシュート

- ・カットインシュート
フェイントを駆使し、防御間を割りながらライン際から放つシュートとした。
- ・ポストシュート
防御間でボールを保持し、ゴールエリアラインからのシュートとした。
- ・サイドシュート
敵陣の角度のない、サイドエリアからのシュートとした。
- ・速攻
防御時からボールを獲得し、素早いスタートで相手の防御隊形が整う前の攻撃展開とした。
- ・7mスロー
明らかな得点チャンス時に相手チームのプレーヤーやチーム役員、競技に関与していない人が妨害した時などに与えられたスローとした。

3. 結果

リオデジャネイロオリンピックアジア予選、日本代表のシュートの割合を図1に示した。ディスタンスシュートの割合は42.6%、カットインシュートが10.6%であった。韓国代表のシュート割合を図2に示した。ディスタンスシュートの割合は27.9%、カットインシュートが20.9%であった。

図3に東女体大の全日本学生選手権決勝のシュート割合を示した。ディスタンスシュートが64.4%、カットインシュートが8.9%であった。このことから、攻撃が中央エリアに偏っていることが伺え、コートバランスをいきれていないことがわかる。

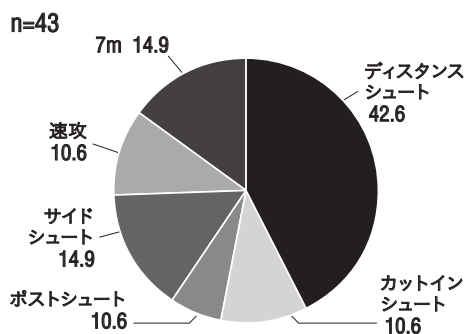


図1 日本代表のシュート割合

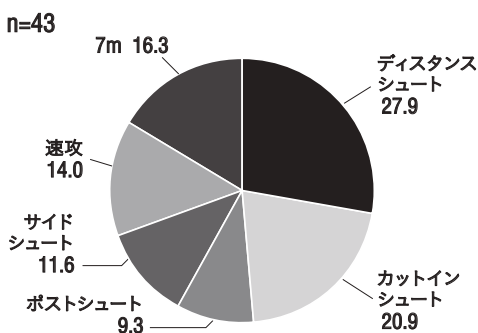


図2 韓国代表のシュート割合

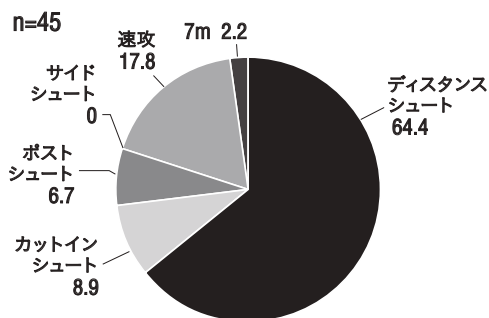


図3 東女体大のシュート割合

図4にチーム別のシュート成功率を示した。全体の日本代表は44.7%、韓国代表は81.4%、全日本学生選手権決勝の東女体大は46.7%であった。ディスタンスシュートでは日本代表が30.0%、韓国代表が91.7%、東女体大が24.1%であった。カットインシュー

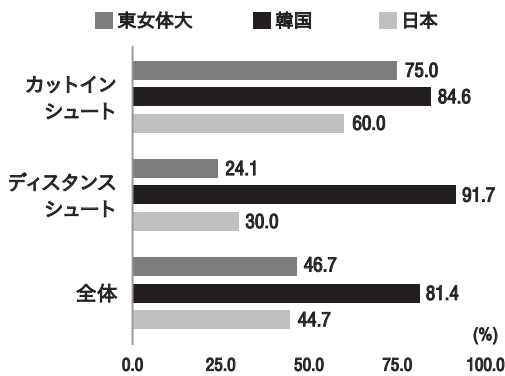


図4 チーム別シュート成功率

トでは日本代表が60.0%、韓国代表が84.6%、東女体大が75.0%であった。この結果から韓国代表のディスタンスシュートの成功率が極めて高いことがわかる。

図5に韓国代表と東女体大の平行パスからのシュートを示した。韓国代表の踏切からゴールライン到達までの時間は約0.82秒で、東女体大は約0.93秒であった。韓国代表は、ゴールまで約9mの距離があるが、防御間が広く、シュート動作に防御の反応が遅れ、防御の手が上がる前にシュートを打ち込んでいた。東女体大は、ゴールまで約10mの距離で、防御との間合いを広くとり、防御者1人の対応で、防御の手を上げさせシュートを打ち込んでいた。

図6にクロスパスからのシュートを示した。韓国代表の踏切からゴールライン到達までの時間は約1.11秒で、東女体大は1.04秒であった。韓国代表は、ポストプレーヤーが防御に対し、横の空間を

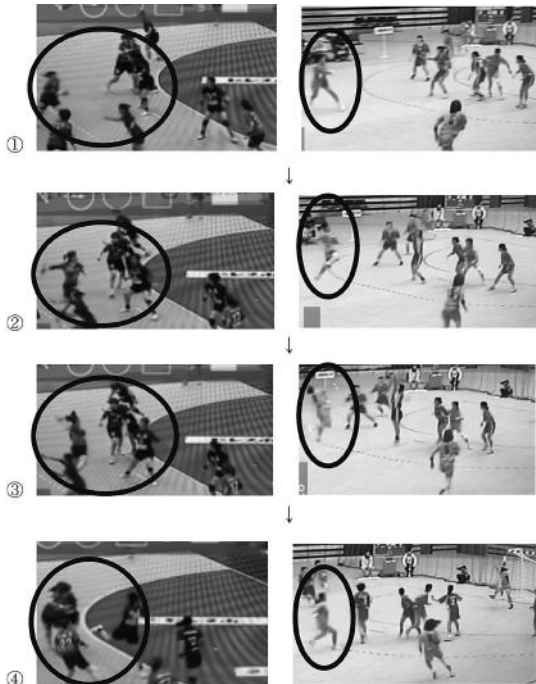


図5 平行パス局面

左) 韓国代表 ゴールライン通過まで約0.82秒
右) 東女体大 ゴールライン通過まで約0.93秒

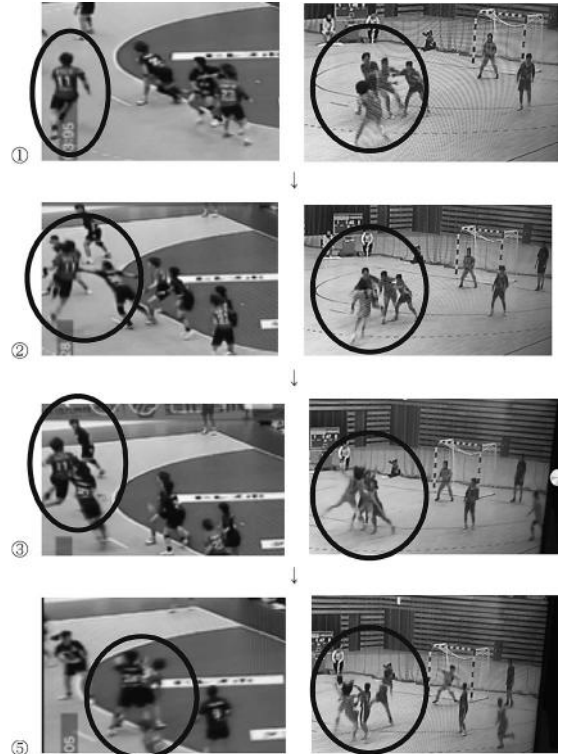


図6 クロスパス局面

左) 韓国代表 ゴールライン通過まで約1.11秒
右) 東女体大 ゴールライン通過まで約1.04秒

獲得していることを判断し、防御者1人に対してポストプレーヤーとシューターの2人で攻撃している。東女体大とのゴールライン到達時間も0.07秒とほぼ差がないことで、踏み切りから素早い動作の中で防御を振り切り、利き腕側を活かしていることがわかる。東女体大は、同じくクロスプレーから約9mの位置で踏み切り、防御2人に対しパサーのセンタープレーヤーとシューターの2人で攻撃していた。

図7に韓国代表のステップシュートを示した。両足が床に着いた状態のシュート動作からゴールライン到達までの時間は約0.97秒であった。ステップ動作時のボール保持する際の足が左足、右足の順で、防御間に空間があることで、右足をゆっくりステップし、防御を引き付けていた。

図8にフェイント動作からのシュートを示した。韓

国代表は、踏切からゴールライン到達までの時間は約1.46秒で、東女体大は約1.84秒であった。両者ともにボール保持足が右足のインステップキャッチにより、左足の反動を使い、素早く防御間で踏切っている。防御が振られることで、シューターの背中側から防御間に空間ができることで、ゴールの左右にシュートが打ちこめる状況を作っていることがわかる。韓国代表は、フェイントの位置と踏み切りの位置に距離があり、1歩の歩幅が広く、踏み切り後も空中のバランスが良いこと、ゴールライン到達までの時間では、約0.38秒早かった。一方の東女体大は、フェイント位置が約10mで踏み切り、踏み切りまでの歩幅が狭く、距離のあるシュートにより、防御側のカバーリングはなく、シュートのみのチャンスであった。

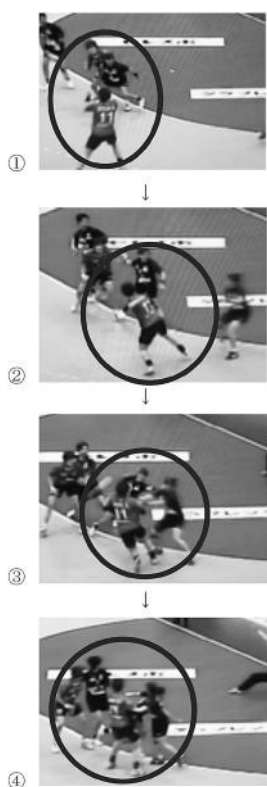


図7 ステップシュート局面

韓国代表 ゴールライン通過まで約0.97秒

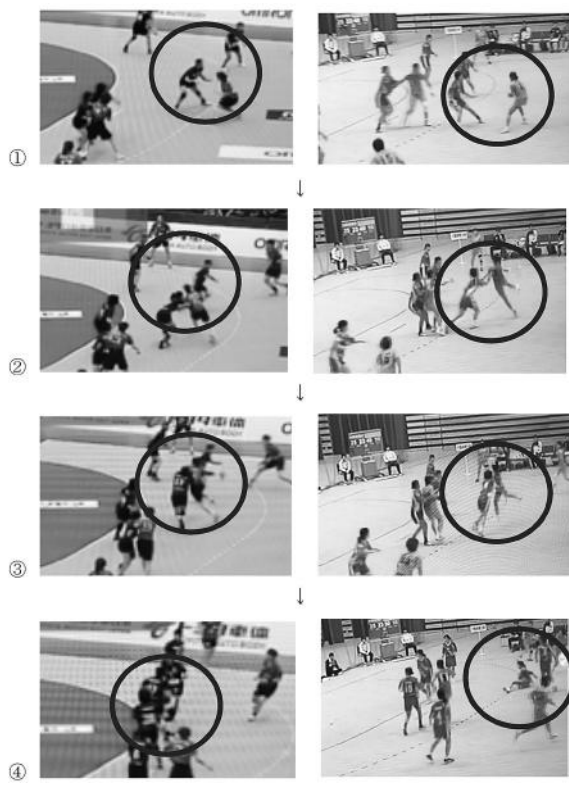


図8 フェイント局面

左) 韓国代表 ゴールライン通過まで約1.46秒
右) 東女体大 ゴールライン通過まで約1.84秒

4. 考察

リオデジャネイロオリンピックアジア予選、日本代表、韓国代表のシュート割合では、韓国代表の防御隊形がゴールエリアライン付近を中心に防御するゾーンディフェンスであったことで、日本代表は防御の上、防御間からのシュートを多用し、ポストプレーを狙いながら、サイドエリアまでの展開が行われていることが伺える。一方の韓国代表は、ディスタンスシュートを狙いながらもライン際からのカットインシュート、ポストシュート、サイドシュートで、コート全体を使った攻撃バランスを重視していることが示された。

東女体大の全日本学生選手権決勝のシュート割合では、攻撃が中央エリアに偏り、コート全体を使いきれていないことは、相手チームに対策されていることが伺える。攻撃の最終局面時に各ポジションからバランス良くシュートを多用されると防御隊形が広がる。空間が広がることで、防御者個人に負担が掛かり、カバーリングが遅れることなどにより防御間からのディスタンスシュート、カットインシュートが可能となり、攻撃有利な条件を作り出せることが明確になった。

チーム別のシュート成功率では、韓国代表のディスタンスシュートの成功率が極めて高いことがわかる。日本代表、東女体大と比較すると約6割以上も高く、得点の割合をみても3割以上を確率の低いディスタンスシュートで得点をあげていた。ゴールライン際からの得点は4割以上を占め、全体で約8割の成功率を誇ることから、どのポジションからでも得点が取れるシュート力が伺える。そして、ゲームを優位に運ぶために無理な速攻を試行せず、遅攻時に攻撃の中心であるバックプレイヤーが、シュート局面を熟知し、防御を揺さぶりゲーム展開していることが伺えた。日本代表女子、東女体大は、ディスタンスシュートからの攻撃展開、一番に各ポジションのシュート成功率を高めることが必要であることがわかった。本学においては、ディスタンスシュート力を高めるトレーニングが今後の研究課題である。

韓国代表と東女体大の平行パスからのシュートでは、踏み切り位置が9m以上であっても、シューター

は、ボール保持前から防御の状況を確認し、ボール保持位置から踏み切り、ボールリリースまでの早い動作が必要であることが示された。そして、シューターと防御者の1対1の状況により、防御の手を利用することで、ゴールの両角にシュートが可能となることが示された。

クロスパスからのシュートでは、シューターは、防御に接触されることを予測し、斜めの角度を作り、横方向に踏み切ることで、自分の背中側に防御を位置させることで、ゴールの両角にシュートを打ちこめることが可能となる。踏み切りから素早い動作の中で防御を振り切り、利き腕側を活かすことは、防御者の手が遅れ、利き腕側の横からボールをリリースすることで、ゴールキーパーから見るとブラインドとなり、反応が遅れることが推察される。防御者は、得点を取られないようにシュートブロック、シュートコースを制限することから、シューターとポスト、防御の位置関係を明確にし、シューターの踏み切り位置、リリースポイントのトレーニングによりシュート力を高めることができると考えられる。

韓国代表のステップシュートでは、ステップ動作時のボール保持する足が左足、右足の順で、防御間に空間があることで、右足をゆっくりステップし、防御を引き付けている。このことで、防御者がゴール左側を守り、ゴールキーパーが右側の連携を図ることからシューターは防御側の左側からボールをリリースし、ゴールキーパーから見るとシューターがブラインドになり体勢を崩されていることがわかる。パスからの場合、空中または床に足が着くと同時にボールを保持した際の歩数は0歩と数えることで、左利きの場合、左足でボール保持することで、右足、左足、右足の順で歩数を使えることから、次の右足でステップシュート、防御者との位置関係でジャンプシュート、フェイントが可能になることがわかる。絶えず防御間からシュートを狙うことは、基本のステップワークが、日々の積み重ねであることの重要性が理解できる。

フェイント動作からのシュートでは、韓国代表は、フェイントの位置と踏み切りの位置に距離があり、1歩の歩幅が広い。踏み切り後も空中のバランスが良

く、ゴールライン到達までの時間も早いことから、フェイントからの切り返し動作も速く、ゴールキーパーの位置取りが遅れることで、ゴールキーパーとの駆け引きの際に優位に立て、防御のカバーリングで数的優位などの複数のチャンスを作っていることが伺えた。東女体大は、フェイント位置から踏み切りまでの歩幅が狭く、踏み切り位置が防御間ではないことで、距離のあるシュートとなり、防御側はカバーリングする必要がなく、シュートのみのチャンスである。このことから、攻撃者は、1番に狙わねばならないのはシュートであるが、フェイント動作時の防御者との間合いの中で数的優位を作りながら、多くのシュートチャンスを作ることで攻撃力があがることが考えられる。フェイントステップの基本動作とボディーコントロール、筋力と体幹の強さが重要であることがわかった。

5. まとめ

本研究では、リオデジャネイロオリンピックアジア予選、第51回全日本学生選手権大会のシュート割合を比較し、攻撃の特徴とディスタンスシュートの局面について調査し、以下の所見を得た。

世界トップレベルの韓国代表のシュート成功率は非常に高く、攻撃の中心であるバックプレーヤーのディスタンスシュート、ライン際のカットインシュート、ポストシュート、サイドシュートのコート全体からのシュート力が必要である。

ディスタンスシュートは、防御状況を認知し、ボール保持位置、保持時のもらい方、踏み切る位置、ジャンプする方向、素早いシュート動作、防御と接触、非接触時のボールリリースの仕方、タイミングが重要であること。

フェイント動作からのディスタンスシュートは、踏み切り足の歩幅を広くすることで、防御を惑わすことが可能となり、攻撃チャンスが増え、数的優位が作れること。踏み切り足の歩幅を狭くする際は、踏み切り足に重心移動を早くし、防御の手が上がる前、上げた手を利用してブラインド側にシュート放つ動作が重要であること。

ディスタンスシュートの成功率を高めることで、無

理な速攻を試行する必要性がなくなることがわかった。

6. 付記

本研究は、平成27年度東京女子体育大学実践研究活動補助費、個人奨励研究活動費による研究成果の一部である。

引用・参考文献

1. 女子ハンドボール競技における日本代表チームとヨーロッパ諸国代表チームの攻撃様相の比較―特にシュート場面について―. 山田永子, 大西武三, 中川昭. スポーツ方法学研究23, pp. 1-13, 2010.
2. 第12回世界女子ハンドボール選手権でのゲーム分析―世界における日本女子ハンドボールの現状と課題―. 筑波大学運動学研究13, pp. 41-49, 1997.
3. ハンドボールにおけるゲーム分析―2005年世界選手権における男女日本チームの特徴―. 岡本大, 吉田久士. 国士舘大学体育研究所報, 24, pp. 93-96, 2005.
4. ハンドボールにおけるジャンプシュートの分析的研究. 宮崎義憲. 東京学芸大学紀要5部門33, pp. 211-220, 1981.
5. i Analyze. スポーツビデオ分析アプリ. Winning EdgeApps, Inc. 2013. <http://www.winningedgeapps.com/>
6. 目からウロコのシュート術. グローバル教育出版社. 東京. pp. 10-63, 2014.
7. 空中での投・打運動におけるボール加速のメカニズム―エネルギーフローに着目して. 東京女子体育大学女子体育研究所所報第3号 pp. 67-79, 2009.
8. 公益財団法人日本ハンドボール協会. レフェリーハンドブック2015. 日本ハンドボール協会. p. 19.
9. 公益財団法人日本ハンドボール協会. 競技規則2015. 日本ハンドボール協会. p. 4.